



CURE SPECIALI

CORPO DA NUDE LOOK

testi di **Laura D'Orsi** - ha collaborato **Margherita Tizzi**

Ultra liscia, morbida e profumata: ecco com'è la pelle che invita alle carezze.

La vuoi così anche tu? Qui trovi le dritte giuste per una beauty routine ad hoc

APPUNTAMENTO SEXY? PER UN EFFETTO VELLUTO IMMEDIATO, AGGIUNGI 2 CUCCHIAI DI BICARBONATO NELL'ACQUA DELLA VASCA E IMMERGITI PER 10 MINUTI.

PROVA LO SCRUB GOURMAND

Se vuoi una pelle di pesca, lo scrub è indispensabile, almeno una volta alla settimana. E va fatto sempre sulla pelle umida, meglio se in un ambiente ricco di vapore, come il box doccia, perché così si facilita il distacco di cellule morte e impurità. Tra gli ingredienti più efficaci ci sono il sale e lo zucchero, meglio se abbinati agli oli essenziali. Non hai il prodotto giusto? Prova una formula fai-da-te preparata con 2 cucchiaini di olio di cocco, 2 di zucchero di canna grezzo e 3 gocce di olio essenziale di vaniglia, che ha proprietà addolcenti. Un altro scrub levigante lo ottieni mescolando 5 cucchiaini di zucchero di canna grezzo, 5 di cacao amaro in polvere, 1 di miele, 1 di olio di mandorle e 3 gocce di olio essenziale di cacao. Questa ricetta leviga, ma soprattutto lascia sulla pelle un profumo ultra goloso. Non solo: il cacao, con le sue proprietà afrodisiache, è perfetto prima di un appuntamento speciale.

TRASCORRI UN POMERIGGIO ALL'HAMMAM

Il classico rituale delle donne arabe purifica la pelle. «Il percorso inizia con il tradizionale bagno di vapore: il calore idrata e ammorbidisce le cellule dello strato corneo, quello più superficiale» spiega Anna Maria Previati, estetista esperta in rimedi naturali. Subito dopo, sulla pelle ancora umida, viene spalmato del sapone nero e massaggiato con un guanto ruvido, detto kessa. «Il sapone è ricavato dalle olive ed è ricco di vitamina E, che nutre la cute. Allo stesso tempo, il suo pH elevato ha un'azione peeling». Se vuoi concludere secondo l'usanza, prova un impacco preparato con il rhassoul, un'argilla che proviene dal Marocco mixata a boccioli di rosa, fiori di lavanda e acqua di rose. Il risultato? Una pelle rinnovata, morbida e luminosa.



PER LEVIGARE

1. Si usa sotto la doccia Original Coffee Scrub di Frank Body (16 euro, da Sephora) con il 100% di ingredienti naturali.
2. Contiene cristalli di zucchero e oli essenziali di limone, pompelmo e menta: Aromachologie Scrub Corpo Tonificante di L'Occitane (21 euro).

PER NUTRIRE E ILLUMINARE

1. Infuso con fiori d'amaranto, dalle proprietà antiossidanti e idratanti: Remarkable Body Oil di Le Couvent des Minimes (38 euro).
2. Si può usare su corpo e capelli e si assorbe in un istante: l'olio Thé des Vignes Corps & Cheveux di Caudalie (18,50 euro).



SFRUTTA I BENEFICI DELLE TERME ANCHE A CASA

«Se non hai tempo per un trattamento da Spa, per ottenere una pelle più fresca puoi vaporizzare uno spray a base di acqua termale» dice Maria Gabriella Di Russo, specialista in idrologia. Ma devi sceglierla bene. «Le migliori sono quelle a base di acqua salsobromiodica, che accelera il ricambio cellulare, oppure quelle dall'azione calmante e lenitiva».

BENJIO ARNAS, THE LICENSING PROJECT / IPA / SHUTTERSTOCK

Codice abbonamento: 121173

BELLEZZA

PUNTA SUL BODY BRUSHING

Lo ha scritto pure Cindy Crawford nella sua autobiografia: per mantenere la pelle morbida e levigata, tutte le mattine fa un dry brushing. E cioè, prima di entrare nella doccia, friziona il corpo per circa 5 minuti con una spazzola di setole naturali. «Ma, attenzione, niente guanto di crine o luffa, ci vuole la spazzola giusta, che deve avere setole lunghe e morbide. Perfette quelle di tampico, una fibra ricavata da una pianta messicana» consiglia Previati. Perché il body brushing fa la pelle di velluto? Perché la esfolia in modo delicato, migliora la circolazione e quindi l'apporto di ossigeno e nutrienti. E ricorda che è anche il trattamento perfetto tra una depilazione e l'altra, perché evita che i peli si incarniscano, formando antiestetici brufolotti.



PER SAPERE DI BUONO

1. Una lozione corpo che profuma di gelsomino, labdano e patchouli: Jasmin & Sun Rose Body Lotion di **Molton Brown** (31,30 euro).
2. Un mix di quattro fiori bianchi, arancio, ylang-ylang, gelsomino e tuberosa: Gabrielle Emulsione Idratante per il Corpo di **Chanel** (55 euro).
3. Lascia sulla pelle un profumo di rosa, sandalo e muschi: Joy Lait pour le Corps di **Dior** (54,36 euro).
4. Sensuale, a base di vaniglia: Crema Corpo Nuit et Confidences di **Goutal** (65 euro).



COSA VUOI NELLA CREMA? SETA E POLVERE DI PERLE

Per una pelle morbida, luminosa e sensuale ci vogliono coccole esclusive. Per esempio, una crema corpo con proteine della seta. Il loro plus? Si legano alla cheratina presente sulla superficie cutanea formando un velo protettivo che rende la pelle liscia come il prezioso tessuto. In più hanno la capacità di fissare l'acqua sullo strato esterno, contrastando la disidratazione. Ma c'è un altro ingrediente speciale: la polvere di perle. Di solito, la trovi già all'interno di creme o burri per il corpo. Ma puoi anche procurartene un barattolino e aggiungerne un po' al tuo idratante abituale per ottenere un mix illuminante.

BENOJ ARWAS, THE LICENSING PROJECT / SHUTTERSTOCK